

چگونه با تغییر وضعیت بیمار در تخت از بروز زخم بستر پیشگیری نمایم؟

قرار گرفتن برای طولانی مدت در بستر، بیهوش شدن، عدم احساس درد و بی حرکتی برای مدت طولانی از مهم‌ترین عواملی هستند که خطر ایجاد زخم بستر را در افراد به خصوص سالمندان افزایش می‌دهند. در صورتی که فرد سالخورده نسبت به حرکت دادن بدن خود ناتوان است و دیگران نیز از این موضوع مهم غفلت کنند، احتمال بروز زخم بستر تشدید می‌شود. بدیهی است که زخم بستر در نواحی از بدن ایجاد می‌شوند که در تماس طولانی مدت با زمین، تخت، سطح صندلی و ... قرار دارند. در همین راستا شایع‌ترین قسمت‌های بدن که دچار زخم بستر می‌شوند، عبارت‌اند از: پاشنه پا، باسن، شانه، پشت سر، پشت و پهلوی زانو

اولین اقدامی که باید برای درمان خانگی زخم بستر انجام دهید این است که فشار بدن را از روی ناحیه آسیب دیده بردارید. به این ترتیب جریان خون در آن قسمت از بدن بازیابی می‌شود. برای این منظور لازم است که حتماً به صورت روزانه پوست بدن سالمندان کنترل شود. در صورت بروز نقاط قرمز رنگ در سطح پوست باید فوراً برای جلوگیری از شدت گرفتن علائم زخم بستر دست به کار شوید.

- از جمله اقداماتی که باید برای پیشگیری از زخم بستر در افراد مسن در دستور کار قرار گیرند، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

چرخش و تغییر موقعیت قرارگیری بدن روی تخت هر ۲ ساعت یکبار

تغییر وضعیت بدن روی ویلچر هر ۱۵ دقیقه یکبار

استفاده از تشک‌های نرم در تخت و ویلچر برای کاهش فشار وارده شده به بدن

مراقبت از پوست (تمیز و خشک نگهداشتن سطح پوست نشیمنگاه)

تعدیه مناسب

- در جابجایی بیمار نکات زیر را مورد توجه قرار دهید:

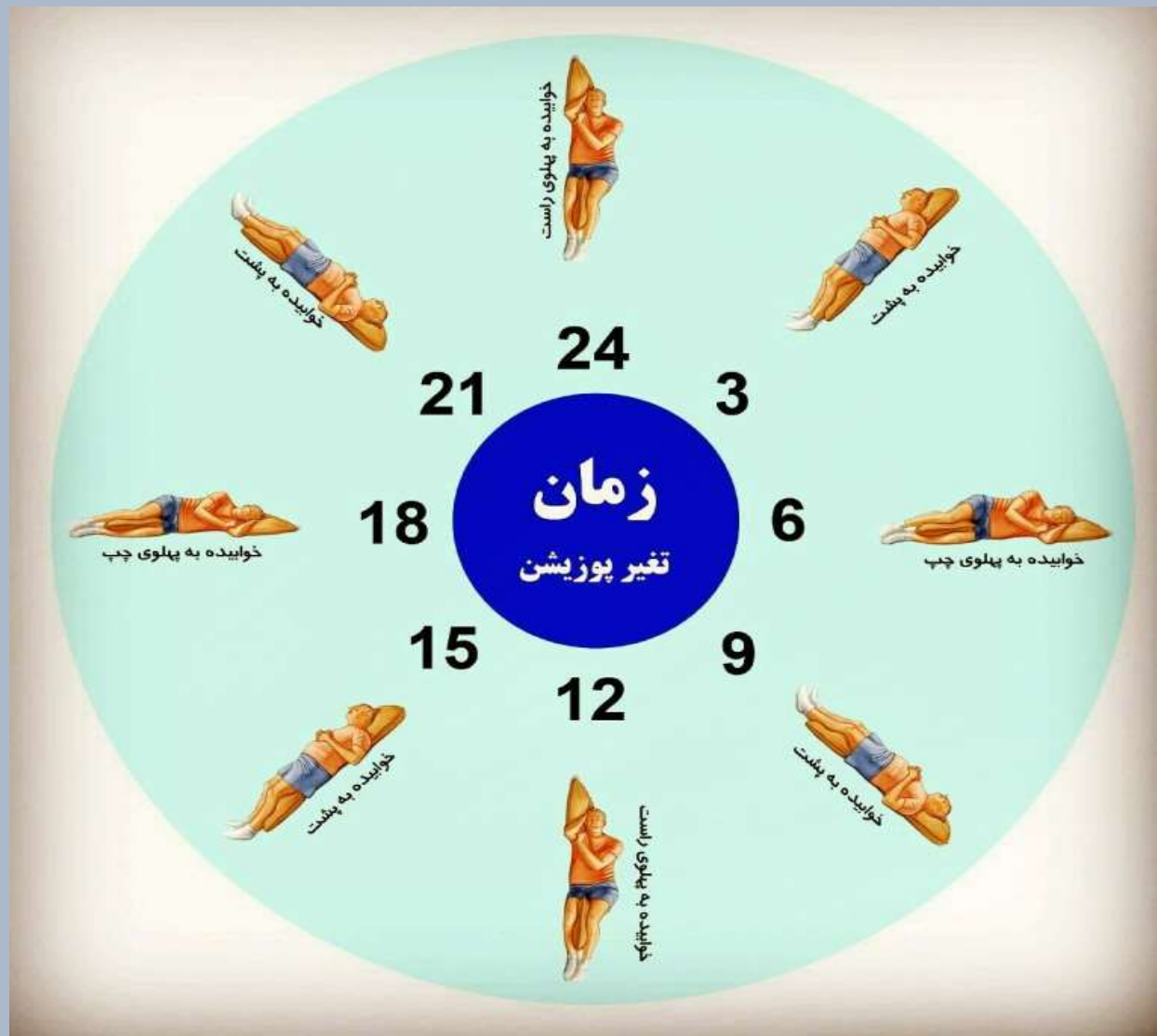
بیمار روی ملافه کشیده نشود ملافه‌ها چروک یا مرطوب نباشد.

اگر اندام بیمار به تخت بسته شده باشد، ابتدا اندام باز شود و سپس تغییر وضعیت انجام شود و دو قسمت استخوانی بدن مستقیم روی هم نباشند.

تشک فرورفته و بیش از حد نرم نباشد.

از محدود کننده‌ها در صورت بی‌قراری یا گیجی بیمار استفاده شود محدود کننده‌ها ۲ ساعت یکبار باز و بسته شوند

- پیشنهاد میشود با توجه به الگوی زیر بیمار را طی 24 ساعت تغییر وضعیت داده تا از اعمال فشار روی نواحی با احتمال بروز زخم بستر بکاهید:



بیمارستان کوثر

ایمنی بیمار 1403